

# La meilleure version de moi-même

## DÉFINITION

L'expression la plus alignée, consciente et responsable de son potentiel, dans le respect de ses valeurs, de ses limites et de son évolution personnelle. Ce n'est pas une perfection, ni de la comparaison mais un processus continue en d'atteindre son plein potentiel.

## ESPACE IMAGE



## EXERCICE

**Exercice :** Vision Board "Moi dans 5 ans" **Domaines à explorer :**

- Santé (Vitalité, alimentation, sport)
- Carrière & Objectifs (Projets, poste, épanouissement)
- Famille (Équilibre, présence, liens)
- Argent & Finances (Sécurité, investissements)
- Voyages & Découvertes (Lieux, cultures)
- Passions & Hobbies (Créativité, temps libre)
- Relations & Communauté (Amitiés, impact social)